

**A**

**a cut above sth** | lepszy od czegoś

**a piece of cake** | łatwizna, pestka, bułka z masłem

**abundant in sth** | obfitujący w coś

**according to sth** | zgodnie z czymś, według czegoś

**accordingly** | odpowiednio (względem czegoś), stosownie

**achievable** | osiągalny

**acid** | kwas

**acquired** | nabyty

**actually** | w rzeczywistości, faktycznie

**addiction** | uzależnienie

**additive** | dodatek (do żywności)

**adult** 'ædʌlt / ə'dʌlt | dorosły

**advice** | rada

**aficionado** ə'fɪʃə'nɑ:dəʊ | fan, miłośnik

**mentioned** | wcześniej wspomniany

**airtight** | szczelny

**airy** | przewiewny, z dobrą wentylacją

**albeit** ə'l'bi:t | chociaż, jednak, aczkolwiek

**ale** | rodzaj piwa

**alerted** ə'lɜ:tɪd / ə'lɜ:rtɪd | zaalarmowany

**alike** | podobnie

**alkaline** | alkaliczny, zasadowy

**allegation** | zarzut, oskarżenie

**alleged** | domniemany

**allspice** | ziele angielskie

**almond** | migdał

**almond dressing** | sos migdałowy

**aloofness** | rezerwa (w stosunku do kogoś, czegoś)

**altered** 'ɔ:lte(r)d | zmieniony

**alternative** ə'l'tə:nətɪv | alternatywa

**alternatively** ə'l'tə:nətɪvli / ə'l'tə:nətɪvli | alternatywnie

**amber** | bursztynowy

**ambiance** 'æmbiəns | atmosfera, nastrój

**amount of sth** | ilość czegoś

**ample** | spory, obszerny

**ancient** | starożytny

**angle** | kąt

**annual** | coroczny

**annually** | rocznie

**answer** 'ɑ:nse(r) / 'ænsə | odpowiedź

**app** | *pot.* aplikacja

**apparently** | najwidoczniej

**appealing** | pociągający, kuszący

**appearance** | pojawienie się, wygląd

**appetiser/appetizer** | zakąska, przystawka

**apple pie** | szarlotka

**apple slice** | plasterek jabłka

**appreciation for sth** | docenienie czegoś

**appropriate** | właściwy, odpowiedni

**approved** | zatwierdzony

**approximately** ə'prɒksɪmətli | około

**April showers bring May flowers**

| Po nocy przychodzi dzień. Wszystko ma swój czas. (*dosł.* Kwietniowe ulewy przynoszą majowe kwiaty.)

**arachidonic acid** | kwas arachidonowy

**array of sth** | szeroki wybór czegoś

**artificially** | sztucznie

**as fit as a fiddle** | zdrow jak ryba

**as for sth** | jeśli chodzi o coś

**aspiring** ə'spaɪərɪŋ | ambitny

**associated with sth** | kojarzony z czymś

**at a time** | za jednym zamachem

**at all** | w ogóle

**at an alarming rate** | w alarmującym tempie

**at issue** | najważniejszy, najistotniejszy (najważniejsza sprawa)

**at least** | przynajmniej

**at the expense of sth** | kosztem czegoś

**attempt** | próba, usiłowanie

**attention deficit disorder** | zespół nadpobudliwości z deficytem uwagi

**attitude** | nastawienie, postawa

**audience** | publika, odbiorcy

**authenticity** ə:θen'tɪsəti | autentyczność

**autumn** 'ɔ:təm | jesień

**available** ə'veɪləbl | dostępny

**awarded** | nagrodzony

**aware of sth** | świadomy czegoś

**awesome** 'ɔ:səm | kapitalny, fantastyczny, rewelacyjny

**awkward** 'ɔ:kwəd / 'ɔ:kwərd | nieswojo

**B**

**backdrop** | tło

**backed up by sb** | poparty przez kogoś

**background** | tło

**baked** | pieczony, zapiekany

**bakery** | piekarnia

**baking sheet** | papier do pieczenia

**balmy** | kojący

**banging** | wystrzałowy, świetny

**bar of sth** | tabliczka czegoś

**bargain** 'bɑ:gən / 'bɑ:rgən | okazja

**batter** | rzadkie ciasto (np. na naleśniki)

**bay leaf** | liść laurowy

**bean** | fasola

**beef** | wołowina

**beef suet** | tłuszcz, tój wołowy

**beer-batter** | ciasto piwne

**beeswax** | wosk pszczeleli

**beetroot** | burak

**beetroot sauce** | sos buraczany,  
sos z buraka

**beforehand** | zawczasu, z góry,  
wcześniej

**berry** | jagoda

**beverage** | napój

**bird's eye view** | widok z lotu ptaka

**bite-sized** | na jeden kęs

**bitter** | gorzki

**blending** | z/miksowanie

**blood pressure** | ciśnienie krwi

**bloodshot** | nabiegły krwią

**blueberry** | czarna jagoda,  
borówka amerykańska

**body of evidence** | materiał  
dowodowy

**boiled** | gotowany

**bold** | śmiały

**bonito flake** | płatki (cząstki)  
tuńczyka

**border** | granica

**borough** | gmina

**bottom** | dno

**bowl** | miseczka, miska

**breadcrumbs** | bułka tarta

**breathing** | oddech

**brick** | cegła

**broken off** | odłamany

**browning** | zbrązowienie

**Brussel sprout** | brukselka

**bun** | bułeczka

**bun tin** | foremka do bułeczek

**bunch of sth** | pęk/seria czegoś

**burned oak** | palony dąb

**burying** | zatapianie

**butler** | kamerdyner

**button mushroom** | pieczarka

**butty** | *pot.* kanapka

**buzzword** | modne powiedzonko,  
popularny zwrot

**by comparison** | dla porównania

## C

**caffeine** | kofeina

**cameo** 'kæmiə / 'kæmiu  
| epizodyczna rola grana przez  
znanego aktora/aktorkę lub znaną  
osobistość

**camera** | aparat fotograficzny

**can** | puszka

**cancellation** | odwołanie

**cancer** | rak

**cancer prevention** | prewencja/  
przeciwdziałanie rakowi

**candlelight** | światło świecy

**capacious** kə'peɪʃəs | pojemny

**carbon dioxide** 'kɑːbən daɪ'ɒksaɪd  
| dwutlenek węgla

**carbon footprint** | ślad węglowy  
(suma emisji gazów cieplarnianych)

**carcinogen** | kancerogen, czynnik  
rakotwórczy

**cardiovascular disease** | choroba  
układu krążenia

**carnivore** 'kɑːnɪvɔː(r) | mięsożerca

**carnivorous** | mięsożerny

**cashew-based** | na bazie nerkowca

**casualty ward** | izba przyjęć

**cattle-rearing** | hodowla/chów  
bydła

**caution** | ostrożność

**celery** | seler

**cereal** | zboże; płatki śniadaniowe

**cessation** | zaprzestanie

**chain** | sieć

**chain restaurant** | restauracja  
należąca do sieci

**chard** | botwina

**charismatic** 'kærɪz'mætɪk  
| charyzmatyczny

**charity** | organizacja dobroczynna

**charity work** | działalność  
charytatywna

**cheeky** | zuchwały

**chef jef** | szef kuchni

**chemist** 'kemɪst | chemik

**chest pain** | ból klatki piersiowej

**chewing gum** | guma do żucia

**chicken breast** | pierś kurczaka

**chicken broth** | rosół drobiowy

**chickpea** | ciecierzycza

**childhood** | dzieciństwo

**chilled** | schłodzony

**chilli** | papryka chili

**chipolata** | BrE mała, cienka  
kiełbaska

**chippy** | *pot.* bar szybkiej obsługi

**chips** | frytki

**choking hazard** | ryzyko  
zadławienia

**cholesterol** kə'lestərɒl | cholesterol

**chopped** | posiekany

**Christmas comes but once a year**  
| święta przychodzą/są tylko raz w  
roku

**chronic inflammation** | przewlekłe  
zapalenie

**cinnamon** | cynamon

**circular** | okrągły

**claim** | twierdzenie

**claim to fame** | powód do chwały

**clay** | glina

**clichéd** 'kliːʃeɪd / kliː'ʃeɪd | banalny

**clotted** | zastygnięty

**clove** | goździk

**cob** | kolba

**cockle** | sercówka jadalna

**cocktail stick** | wykałaczka

**cocoa** 'kəʊkəʊ / 'kɒkɒʊ | kakao

**cod** | dorsz

**coeliac disease** 'siːliæk dɪˌziːz  
| celiakia

**cold snap** | nagłe ochłodzenie

**combo** | połączenie, zestaw,  
kombinacja

**comfortably** 'kɒmfɪtəbli | wygodnie

**comfy** | wygodny, komfortowy

**common** | powszechny  
**common sense** | zdrowy rozsądek  
**community** | społeczność  
**commuter** | osoba dojeżdżająca do pracy  
**comprising sth** | zawierający coś  
**concerning sb** | dotyczący kogoś  
**concoction** | mieszanka  
**confusing** | mylący  
**congested** | zapchany, zatłoczony  
**conscientious** ,kɒnʃiːənʃəs | świadomy, skrupulatny  
**conscious** ˈkɒnʃəs / ˈkɔːnʃəs | świadomy  
**considered** | uważany  
**consistency** | konsystencja  
**consistent** | spójny  
**constantly changing** | ciągle zmieniający się  
**consumer demand** | popyt konsumencki  
**container** | pojemnik  
**containing sth** | zawierający coś  
**contaminated** | zanieczyszczony, skażony  
**contribution to sth** | wkład w coś  
**contributor** | instytucja/osoba przyczyniająca się do czegoś  
**cook** | kucharz  
**copious** ˈkəʊpiəs / ˈkɒpiəs | obfity  
**coriander** | kolendra  
**coriander** ,kɒriˈændə(r) / ,kɔːriˈændər | kolendra  
**corn** | kukurydza  
**cornerstone** | podstawa  
**councillor** ˈkaʊnsələ(r) | radny  
**countable** | policzalny  
**counterpart** | odpowiednik  
**countless** | niezliczone  
**cozy** | przytulny  
**cramp** | s/kurcz  
**craze** | szal, szaleństwo  
**crest** | rzeźucha

**crisis** | kryzys  
**crisp** | być chrupiącym  
**crisped** | chrupały  
**crisps** | chipsy  
**crispy** | chrupały  
**crops** | zboża  
**crowd** | tłum  
**crowned with sth** | ukoronowany czymś  
**crushed** | po/kruszony  
**crushed** | zmiądzony  
**crusty** | chrupały  
**cucumber** ˈkjuːkʌmbə(r) | ogórek  
**cuisine** | kuchnia  
**cuisine** kwɪˈziːn | kuchnia  
**culprit** ˈkʌlprɪt | winowajca  
**cumin** | kminek  
**cup** | filiżanka  
**cupboard** | szafka  
**currant** | porzeczka  
**curtain** | zasłona  
**cushioned** | wykładany poduszkami  
**custard** | krem (rodzaj budyniu)  
**customary** | zwyczajowy  
**customised** | dostosowany do indywidualnych potrzeb

## D

**damaging to sth** | szkodliwy dla czegoś  
**dash of sth** | kropla czegoś; odrobina czegoś  
**data** | dane  
**date** | randka  
**deckchair** | leżak  
**deep fried** | smażony na głębokim tłuszczu  
**definitely** | zdecydowanie  
**deftly** | umiejętnie  
**delectable** diˈlektəbl | wyśmienity, smakowity

**deliberately** | celowo  
**delight** | przysmak  
**delighted** diˈlaɪtɪd | zachwycony  
**demand for sth** | zapotrzebowanie na coś  
**demeanour** | zachowanie, postępowanie, postawa  
**depending on sth** | w zależności od czegoś  
**derived from sth** | pochodzący od czegoś  
**desirable** | pożądany  
**despite sth** | po/mimo czegoś  
**dessert** diˈzɜːt / diˈzɜːrt | deser  
**diabetes** ,daɪəˈbiːtɪz | cukrzyca  
**diary** | pamiętnik  
**diced** | krojony w kostkę  
**dietary habit** | nawyk żywieniowy  
**dietician** ,daɪəˈtɪʃn | dietetyk  
**differentiating** | rozróżniający, odróżniający, dystynktywny  
**digestion** daɪˈdʒestʃən | trawienie  
**dimming effect** | efekt przyciemnienia  
**diner** | gość, osoba (jedząca np. w restauracji, barze)  
**displayed** | wystawiony  
**disagreement** | niezgoda, problemy  
**disappointingly** | z rozczarowaniem  
**discarded** | wyrzucony  
**discount** | zniżka, obniżka  
**disguise** | przebranie, oblicze, postać  
**dish** | danie  
**disruption** | zamęt, zakłócenie  
**disuse** | nie używanie  
**diverse** | zróżnicowany  
**dollop** | porcyjka, dawka  
**double-frosted** | z podwójną warstwą lukru  
**doused with sth** | oblany czymś  
**Down Under** | pot. Australia  
**down-to-earth** | przyziemny

**dozen** | tuzin**dozing** | drzemiący**drained of sth** | osuszony z czegoś**dried** | suchy, suszony**dubious** | wątpliwy**due to sth** | z powodu czegoś**duty** | obowiązek

## E

**eager** | chętny, zapalony**ease i:z** | łatwość**Easter** | Wielkanoc**easy-peasy** ˌi:zi ˈpi:zi | *pot.* bardzo łatwy**eater** | osoba, która coś je**eatery** | jadłodajnia**eco-conscious** | żyjący ekologicznie**edible** | jadalny**efficient** | wydajny**eggplant** | AmE bakłażan**either...or...** | albo...albo...**embarrassing** | zawstydzający, krępujący**emerging** | wyłaniający się**emphasis on sth** | nacisk na coś**empire** | imperium**endless** | nieskończony**enemy** | wróg**entrée** | przystawka**entrepreneur** ˌɒntreˈprəʊˈnɜ:(r) | przedsiębiorca**entry** | bilet wejściowy, wejściówka**environment** | środowisko**eon** ˈi:ən | wieczność**eradicating** | wyeliminowanie**establishment** | miejsce, placówka**estimate** | szacunek**euphoria** ju:ˈfɔ:riə | euforia**eventually** | w końcu, ostatecznie**evidence** | dowód**exaggeration** | przesada**excessive** | nadmierny**excursion** ɪkˈskɜ:ʃn | wycieczka, wyprawa**exotic sounding** | egzotycznie brzmiący**extinct** | wymarły**extremely** | wyjątkowo

## F

**fairy cake** | lukrowana babeczka**faithful** | wierny, oddany**falafel ball** | kulki falafel**fame for sth** | słynięcie z czegoś**familiar** | znajomy, znany**familiar with sth** | obeznany/zaznajomiony z czymś**family gathering** | spotkanie rodzinne**famished** | wygłodniały**farm labourer** | robotnik rolny**fast forward to sth** | bliżej czegoś**fat** | tłuszcz**fatal** ˈfeɪtəl | śmiertelny**fatty acid** | kwas tłuszczowy**fayre** feə | wikt, potrawa**fear not** | bez obaw**feast** | uczta**feature** | cecha**feeding** | karmienie**fennel sausage** | kiełbasa z fenkułu/kopru włoskiego**fever** | gorączka**few** | niewiele**fibre** | błonnik**fiery** | ognisty**finely** | drobno**firmly** | trwale**fish'n'chips** | ryba z frytkami**fit** | sprawny, w dobrej kondycji**fitting** | pasujący**flair for sth** | wrodzony talent do czegoś**flaky pastry** | ciasto francuskie**flashy** | jaskrawy, krzykliwy**flavour enhancer** | wzmacniacz smaku**flavourful** | pełen smaku, smaczny**flexible** | elastyczny**flooded with sth** | zalany czymś, zapełniony czymś**flour batter** ˈflaʊə(r) ˈbæɪə(r) | rzadkie ciasto z mąki**flour** | mąka**focus** | koncentracja, skupienie**foe** feʊ / fou | wróg**follower** | zwolennik, fan**food additive** | dodatek do żywności**food poisoning** | zatrucie pokarmowe**food wastage** | marnowanie/marnotrawstwo żywności**foodie** | smakosz**food-related** | związany z jedzeniem**food-themed** | dedykowany jedzeniu**for starters** | na początek**foreigner** | obcokrajowiec**fork** | widelec**formerly** | dawniej**founder** | założyciel**freezer** | zamrażarka**French fries** | frytki**frenzy** | szał, szaleństwo**freshly squeezed** | świeżo wyciśnięty**fridge freezer** | BrE lodówka-zamrażarka**fried** | smażony**from overseas** | z zagranicy**from scratch** | od zera**frozen** | mrożony**fry up** | smażone jedzenie**frying pan** | patelnia**fry-up** | smażone jedzenie

**fuel** 'fju:əl | paliwo

**fundraising** | zbiórka funduszy  
(na jakiś cel)

**furthermore** | ponadto

## G

**gal** | *pot.* dziewczyna, kobieta

**garbanzo bean** | fasola garbanzo

**garlic** | czosnek

**garlic clove** | ząbek czosnku

**gathered** | zebrany

**gent** | *pot.* dżentelmen

**gentry** | szlachta

**gimmick** | sztuczka

**ginger** | imbir

**global warming** | globalne  
ocieplenie

**gluttony** 'glʌtəni | obżarstwo

**GMO = genetically modified  
organism** | organizm  
modyfikowany genetycznie,  
tu: genetyczne modyfikowanie  
organizmu

**goodies** | pyszności, smakołyki

**goeey** | kleisty, lepki

**gorgeous** 'gɔ:dʒəs / 'gɔ:rdʒəs  
| wspaniały

**government** | rząd

**grace** | maniery, uprzejmość

**grain** | ziarno

**grated** | starty

**grating** | posypka

**gravy** | sos pieczeniowy

**greased** | wysmarowany tłuszczem

**greasy** | tłusty

**greasy spoon** | *pot.* garkuchnia,  
tania restauracja

**greed** | chciwość

**greenhouse effect** | efekt  
cieplarniany

**gregarious** grɪ'geəriəs / grɪ'geriəs  
| towarzyski

**grinding up** | z/mielenie

**groggy** | półprzytomny,  
przymulony, otumaniony

**ground** | z/mielony

**grub** | *pot.* żarcie

**guide** | przewodnik

**quirky** | dziwaczny, dziwny

**gulp of sth** | łyk czegoś

**gummy bear** | żelkowy miś

## H

**haddock** | plamiak, łupacz

**hamster** | chomik

**handed down** | przekazywany

**harm** | krzywda

**hash brown** | danie  
przypominające placki  
ziemniaczane

**hazard** | ryzyko

**heart disease** | choroba serca

**heart rate** | tętno

**heartbreak** | złamane serce

**hemp** | juta; konopie siewne

**herbs** | zioła

**hierarchy** 'haɪəɹɔ:ki / 'haɪəɹɔ:rki  
| hierarchia

**high blood pressure** | wysokie  
ciśnienie krwi

**high fibre** | wysokobłonnikowy

**highlands** | wyżyny

**hives** | pokrzywka

**holy trinity** | święta trójca

**home-brewed** | warzony w domu

**homeless shelter** | schronisko dla  
bezdolnych

**honeymoon** | miesiąc miodowy

**hops** | chmiel

**hors d'oeuvre** ,ɔ: 'dɔ:v / ,ɔ:r 'dɔ:rɪv  
| przystawka

**host** | tłum, gromada

**hot under the collar** | wściekły

**housed in sth** | umieszczony  
w czymś

**humble** | pokorny, skromny

**hype** | szum medialny

**hypertension** | nadciśnienie

## I

**ice cube** | kostka lodu

**ice house** | przechowalnia lodu

**icing on the cake** | wisienka  
na torcie

**illness** | choroba, przypadłość

**immune system** ɪ'mju:n 'sɪstəm  
| układ odpornościowy

**impact on sth** | wpływ na coś

**in a given year** | w danym roku

**in a matter of sth** | w ciągu czegoś

**in a nutshell** | w skrócie

**in a pinch** | w razie potrzeby,  
w razie konieczności

**in abundance** | pod dostatkiem,  
w bród

**in batter** | w cieście

**in circumference** ɪn sə'kʌmfərəns  
/ sə'r'kʌmfərəns | w obwodzie,  
obwodu

**in comparison to sb** |  
w porównaniu do kogoś

**in entertaining way** |  
w rozrywkowy sposób

**in one's honour** | na cześć

**in order to** | aby, żeby

**in spite of sth** | po/mimo czegoś

**in terms of sth** | pod względem  
czegoś

**in the long run** | na dłuższą metę,  
w dłuższej perspektywie

**in the same vein** | w podobnym  
tonie

**inappropriate** | nieodpowiedni,  
niewłaściwy

**incidence** | częstość, częstotliwość

**inclination** | upodobanie

**including sth** | włącznie z czymś

**increase** | wzrost

**increasingly** | coraz częściej

**indeed** | w rzeczy samej  
**independent** | niezależny  
**indeterminate** | bliżej nieokreślony  
**indigestion** | niestrawność  
**industry** | branża, przemysł  
**inescapable** ˌɪnɪˈskeɪpəbl  
| nieunikniony  
**ingredient** | składnik  
**inside sth** | wewnątrz czegoś  
**instant** | natychmiastowy, bieżący  
**instead** | w zamian  
**instead of sth** | zamiast czegoś  
**intake** | spożycie  
**interior** | wnętrze  
**intricacy** | zawiałość  
**invaluable** | bezcenny, nieoceniony  
**invented** | wynaleziony  
**invention** | wynalezienie  
**involved in sth** | zaangażowany w coś  
**irresistible** | o nieodpartym uroku  
**irrespective of sth** | bez względu na coś  
**island** ˈaɪlənd | wyspa  
**issue** | sprawa  
**itchy** ˈɪtʃi | swędzący  
**item** | rzecz  
**ivy-covered** | pokryty bluszczem

**J**

**jar** dʒɑː(r) | stoik  
**joyous** | radosny  
**judgement** | ocena  
**juicy** | soczysty  
**junk food** | *pot.* śmieciowe jedzenie

**K**

**kale keɪl** | jarmuż  
**kelp** | krasnorosty morskie

**kidney** ˈkɪdni | nerka  
**kiss-me-quick** | tandetny, dla mas, przeciętny  
**knight** | rycerz

**L**

**labelled** | opisany, oznaczony  
**labelling** ˈleɪblɪŋ | etykietowanie, znakowanie, metkowanie  
**laboured** | ciężki  
**lack of sth** | brak czegoś  
**lacking** | brakujący  
**laid-back** | wyluzowany, zrelaksowany  
**lamb** læm | jagnięcina  
**lashings of sth** | mnóstwo  
**lasting** | trwający, trwały  
**layer** | warstwa, powłoka  
**leather** | skórzany  
**leek** | por  
**leftover** | pozostały  
**leftovers** | resztki  
**legacy** | spuścizna  
**lengthwise** | wzdłuż  
**lentils** | soczewica  
**lettuce** | sałata  
**light-headed** | odczuwający zawroty głowy  
**lighting** | oświetlenie  
**linseed oil** | olej lniany  
**lip** | warga  
**literally** | dosłownie  
**liver** | wątroba  
**lore** | tradycja ustna  
**lung** | płuco

**M**

**made up** | stworzony  
**main course** | danie główne  
**maize meɪz** | kukurydza

**major** ˈmeɪdʒə(r) | główny  
**majority** | większość  
**malady** | choroba  
**manual settings** | ustawienia ręczne  
**manufacturer** | producent  
**mash** | papka  
**mashed potato** | puree ziemniaczane  
**masterpiece** | dzieło  
**mating** | łączenie się w pary, kojarzenie  
**meadow** | łąka  
**meal** | posiłek  
**meaningful** | znaczący, udany  
**meanwhile** | podczas gdy  
**measurable** ˈmeʒərəbl | wymierny  
**meatless** | bezmięсны  
**melding** | łączenie  
**melted** | rozpuszczony  
**melty** | rozpuszczający się  
**memorable** ˈmemərəbl | pamiętny  
**menu** ˈmenjuː | jadłospis, menu  
**mere** | zaledwie  
**messy** | nieuporządkowany  
**middle** | środek  
**middle-eastern** | środkowo-wschodni  
**middle-of-the-range** | ze środkowej półki (pod względem jakości), średniej klasy  
**mince** mɪns | mielone mięso  
**mince pie** mɪns paɪ | babeczka z kruchego ciasta z nadzieniem z bakalii, jedzona w okresie Świąt Bożego Narodzenia  
**minced** | zmielony  
**mint** | mięta  
**mint leaf** | listek mięty  
**misleading** | mylący, wprowadzający w błąd  
**mixing** | mieszanie  
**mixture** | mieszanka, mikstura  
**moderate** | umiarkowany

**moist** | wilgotny

**molar** | trzonowiec

**mood** | nastrój

**mood disturbance** | wahanie nastroju

**mood improvement** | polepszenie nastroju

**moreover** | ponadto

**mould** | pleśń

**mouth-watering** | sprawiający, że ślinka cieknie, apetyczny

**mug** | kubek

**mushroom** | grzyb; pieczarka

**mushy** | papkowaty, brejowaty

**must** | obowiązek, mus

## N

**naked** | nagi

**needless** | zbędny

**neglected** | lekceważony, zaniedbywany

**neighbour** | sąsiad

**nephew** | siostrzeniec, bratanek

**nevertheless** | niemniej jednak

**New Year's Resolutions** | postanowienia noworoczne

**newfound** | nowo odkryty

**nightmare** | koszmar

**no-brainer** | łatwizna, pestka

**non-stick** | nieprzyklepny, nieprzylegający

**novel** | powieść

**nowadays** | obecnie

**nuisance** 'nju:sns / 'nu:sns | uciążliwość

**numerous** | liczne, liczny

**nut** | orzech

**nutmeg** | gałka muskatołowa

**nutrient** | składnik odżywczy

**nutrient-rich** | bogaty w składniki odżywcze

**nutrition scientist** | naukowiec zajmujący się żywieniem

**nutritional** | odżywczy

**nutritional content** | wartość odżywcza

**nutritious** nju 'trɪfəs / nu 'trɪfəs | odżywczy

## O

**oatmeal** | mąka owsiana

**oats** | owies

**obesity** | otyłość

**objectively** əb 'dʒektɪvli | obiektywnie, bezstronnie

**obvious** 'ɒbvɪəs / 'ɑ:bvɪəs | oczywisty, oczywiste

**occurring** | występujący

**odddy** | osobliwość

**off the shelf** | dostępny od ręki

**offal** | podroby

**omnipresent** | wszechobecny

**on the hoof** | z marszu

**on the inside** | wewnątrz

**on the outside** | na zewnątrz

**on the spot** | natychmiast, od razu

**one-bite** | porcja na jeden kęs

**onion** 'ɒnjən | cebula

**oozy** 'u:zi | wilgotny

**opportunity** | sposobność, okazja

**ought to do sth** | powinien coś zrobić

**out of convenience** | z wygody

**outside** | zewnętrzny

**outstanding** | świetnie, niesamowicie

**oven** 'ɒvn | piekarnik

**overfaced** | przytłoczony

**overlap** | częściowe pokrywanie się, zazębienie się, podobieństwo

**overload** | przeładowanie, przeciążenie

**owner** | właściciel

**oyster** | ostryga

## P

**palate** | podniebienie

**pantry** | spiżarnia

**paprika** | papryka

**paramount** | najważniejszy, nadrzędny

**parsley leaves** | liście pietruszki

**parsley** 'pa:slɪ / 'pa:rsli | pietruszka

**pastime** | rozrywka

**pastry cake** | ciastko

**pastry-cook** | cukiernik

**pattern** | wzór, wzorec

**patty** | AmE płaski kotlet z mięsa mielonego

**peach-and-apricot ice cream** | lody brzoskwińowo-morelowe

**peanut** 'pi:nʌt | orzech ziemny

**pear** peə(r) / per | gruszka

**peas** | groszek

**pecan** | pekan, orzesznik jadalny

**pecking order** | hierarchia ważności

**peckish** | głodny

**pedigree** | pochodzenie

**peeled** pi:lɪd | obrany (ze skórki)

**peer-reviewed** | recenzowany (naukowo)

**penchant for sth** | upodobanie do czegoś

**pepper** | pieprz

**perennial** | odwieczny, nieprzemijający

**perishable** 'perɪʃəbl | łatwo psujący się

**pervasiveness** pə'veɪsɪvənəs / pər'veɪsɪvənəs | wszechobecność

**phenomenal** fə'nɒmɪnl / fə'nd:mɪnl | fenomenalny, nadzwyczajny, wyjątkowy

**phytochemicals** | fitochemikalia, wtórne substancje roślinne

**pic** | pot. zdjęcie, fotka

**pickled** | marynowany

**picky** | wybredny, grymaśny

**pie** | ciasto

**piece of advice** | rada

**piece of cake** | łatwizna, bułka z masłem, prościzna, pestka

**pigeon pie** 'pɪdʒɪn paɪ | rodzaj ciasta zawierającego mięso gołębia

**pinch of sth** | szczypta czegoś

**pineapple** | ananas

**pita** | chlebek pita

**playground** | podwórko

**plenty of sth** | mnóstwo czegoś

**ploughman** 'pləʊmən | oracz, parobek

**poll** | ankieta

**pomegranate** | granat

**poorly-thought-out** | słabo obmyślony/pomyślany

**pork** | wieprzowina

**pork belly** | boczek

**pork blood** | krew wieprzowa

**pork fat** | tłuszcz wieprzowy

**pork sausage** | kiełbasa wieprzowa

**post-partridge** | po-kuropatwie

**potato gratin** | zapiekanka ziemniaczana

**potato pancake** | placek ziemniaczany

**prawn** ˈpra:n | krewetka

**preferable** 'prefərəbl | preferowany

**prejudice** | uprzedzenie

**preoccupied with sth** | przejęty czymś, zaabsorbowany czymś

**price tag** | etykieta z ceną, etykieta cenowa

**primarily** | głównie

**pro** | profesjonalista, zawodowiec

**processed** | przetworzony

**prominent** | znaczący

**pronunciation** | wymowa

**proper** | właściwy, odpowiedni

**properly** | odpowiednio, właściwie

**proprietor** | właściciel

**protein-rich** | bogaty w białko

**proving sth** | udowadniający coś

**prudent** | ostrożny

**pub grub** | jedzenie serwowane w pubach

**pumped into sth** | wpompowywany, wtlaczany w coś

**pumpkin** | dynia

**punnet** | kobiałka, łubianka, koszyczek

**purchased** | nabywany, kupowany

**purposeful** 'pɜ:pəsfl / 'pɜ:rpəsfl | celowy, nieprzypadkowy

## Q

**quarter of sth** | ćwierć, ćwiartka, jedna czwarta czegoś

**questionable** 'kwɛstʃənəbl | dyskusyjny

**queue** kju: | kolejka

**quinoa** | komosa ryżowa

**quirky** | dziwny, dziwaczny

## R

**radish leaf** | liść rzodkiewki

**range of sth** | zakres, asortyment, gama

**ranging from X to Y** | obejmując od X do Y, sięgając od X do Y

**rapeseed oil** | olej rzepakowy

**rare** reə(r) / rer | surowy

**rash** | wysypka

**rasher** | plasterek

**raspberry** | malina

**raw** rɔ: | surowy

**real deal** | *pot.* coś prawdziwego

**recipe** 'resəpi | przepis

**recipient** | odbiorca

**recognition** | uznanie

**redefined** | przedefiniowany

**referring to sth** | odnoszący się do czegoś

**reflection** | odzwierciedlenie

**refrigerated** | schłodzony, ochłodzony

**regarded** | postrzegany, uważany za

**reject** | odrzucona (osoba, towar), wyrzutek

**released** | uwalniany, wyzwalany

**reliable** | godny zaufania, na którym można polegać

**renowned for sth** | znany z czegoś

**research** | badanie

**resistance** | opór

**resort** | kurort

**resources** | zasoby

**review** | recenzja

**rice porridge** | ryżowa owsianka

**roasted** | pieczony

**roastie** | *pot.* pieczone mięso

**rolly-poly** | rolada z dżemem

**rosemary** | rozmaryn

**rose-tinted** | różowy

**rotten** | zepsuty, popsuty

**round cutter** | okrągła wycinarka

**rubbish bin** | kosz na śmieci

**rump cut** | krzyżowa część udźca wołowego

**runny nose** | katar

**rural** | wiejski

## S

**saffron** | szafran

**sales pitch** | chwyt marketingowy

**salmon** | łosoś

**salt** sɔ:lt | sól

**sample** | próbka

**sandwich** 'sænwɪtʃ / 'sænwɪdʒ | kanapka

**sans-X** | bez X

**sarnie** | *pot.* kanapka

**saucepan** | rondel

**sauerkraut** | kapusta kiszona

**sausage** 'sɒsɪdʒ / 'sɔːsɪdʒ  
| kiełbasa

**savoured** 'seɪvəd | smakowany,  
spożywany z rozkoszą

**savoury** | smaczny, słony,  
aromatyczny

**savvy** | sprytny, rozumny

**scallion** | szalotka

**scene si:n** | scena

**schedule** 'skedʒu:l / 'ʃedʒu:l | grafik

**school of fish** | ławica ryb

**scientific** | naukowy

**scrambled (eggs)** | jajecznica

**scrumptious** | przepyszny

**seafood** | owoce morza

**seal** | plomba, uszczelka, pieczęć,  
zamknięcie

**season** | pora roku

**seasonal** | sezonowy

**seasoning sth with sth**  
| przyprawianie czegoś czymś

**seating** | miejsca siedzące

**seaweed** | wodorosty

**seed** | nasiono

**seemingly** | wydawałoby się

**seizure** | napad padaczkowy

**self-evident** | oczywisty

**sense** | zmysł

**sensibility** | rozsądek

**sensible** 'sensəbl | rozsądny

**sensory** | związane ze zmysłami

**sensual** | zmysłowy, oddziałujący  
na zmysły

**servant** | służący

**shallot** | cebula szalotka

**shelf life** | okres przydatności do  
spożycia

**shellfish** | skorupiak

**shoddy** | byle jaki, tandetny

**showcasing** | prezentowanie,  
przedstawianie

**shredded** | starty na paski

**shy of** | zaledwie

**significant** | znaczący, znaczny

**simultaneously** ,sɪml'teɪniəsli /  
,saɪml'teɪniəsli | jednocześnie

**single-tiered** | jednowarstwowy,  
jednopoziomowy

**sipped** | sączony

**skin** | skóra

**skipping** | pomijanie

**slathered** | grubo posmarowany,  
polany

**slave** | niewolnik

**slice of sth** | plaster czegoś

**sliced** | pokrojony na plasterki

**slightly** | lekko

**smashed** | rozgnieciony

**smooth** | gładki

**smoothie** | koktajl

**snack** | przekąska

**snail** | ślimak

**snapshot** | *pot.* fotka, zdjęcie

**snuggly** | w dobrze dopasowany  
sposób

**soaking** | namaczanie

**softly-lit** | delikatnie oświetlony

**sorted** | gotowe

**sour** 'saʊə(r) | kwaśny

**sowed** | zasiany

**soybean** | soja

**sparingly** | oszczędnie

**sparkling water** | woda gazowana

**spat** | chwila

**spectator** | widz

**spices** | przyprawy

**spiciness** | pikantność

**spicy** | pikantny

**spontaneously** spɒn'teɪniəsli /  
spɔ:n'teɪniəsli | spontanicznie

**spoon of sth** | łyżka czegoś

**spoonful of sth** | pełna łyżka  
czegoś

**spotted dick** | pudding z suszonymi  
owocami podawany na gorąco

**sprig of sth** | gałązka czegoś

**spring onion** sprɪŋ 'ʌŋjən | cebula  
dymka

**spring to life** | obudź się do życia

**squidgy** | rozmiękczone

**stand-alone** | niezależny,  
autonomiczny

**staple** | podstawowe jedzenie

**stardom** | gwiazdorstwo

**starter** | przystawka

**state funded** | finansowany przez  
państwo

**state-of-the-art**  
| najnowocześniejszy

**staunchly** 'stɔ:ntʃli | zdecydowanie,  
zagorzale

**steamed** | gotowany na parze

**steaming** | parujący

**steeped in sth** | zanurzony w czymś

**stewed** | duszony

**stewing** stju:ɪŋ | duszony

**storage** | przechowywanie

**stored** | przechowywany

**straight down the middle**  
| dokładnie na pół

**strawberry** 'strɔ:bəri | truskawka

**stretched** | naciągnięty

**stripped** | obdzierany, obdarty

**strips of sth** | paski czegoś

**stroke** | wylew, udar

**stuffing** | nadzienie, farsz

**stunning** | zdumiewający

**substantially** | znacznie

**succulence** | soczystość;  
smakowitość

**succulent** 'sʌkjələnt | soczysty

**sunlight** | światło słoneczne

**sunny-side-up** | sadzony

**supply** | zapas

**surpassing sth** | przewyższający,  
przekraczający coś

**surroundings** | otoczenie

**survival** | przetrwanie

**sustainable** | nienaruszający  
równowagi ekologicznej

**svelte** | smukły

**sweet tooth** | słabość do słodczy, apetyt na słodczy

**sweetbread** | potrawa z trzustki jagnięcej lub cielęcej

**sweetener** | słodzik

**swiftly** | natychmiastowo, prędko, szybko

**swollen** | spuchnięty, opuchnięty

**synonymous with sth** SI'NONIMƏS  
WIÐ 'SΛMθIŋ | jednoznaczny z czymś

## T

**tablespoon** | łyżka stołowa, duża łyżka

**take away meal** | danie/posiłek na wynos

**target** | cel

**tartlet** | tartaleтка, mała tarta

**taste bud** | kubek smakowy

**taster** | przedsmak

**teenager** | nastolatek

**temptation** | pokusa

**tender** | miękki, delikatny

**terrific** | wspaniały, fantastyczny

**testicles** | jądra

**texture** | konsystencja

**the countable** | rzeczy policzalne

**the Great Wall** | Wielki Mur (Chiński)

**the latter** | ten drugi, ten ostatni (z dwóch wymienionych)

**the other way round** | na odwrót

**the uncountable** | rzeczy niepoliczalne

**the well-off** | ludzie zamożni

**there is no denying** | nie da się ukryć

**thinly** | cienko

**thirst** | pragnienie

**thirsty** | spragniony

**thoroughly** | gruntownie

**three-course** | trzydaniowy

**thrifty** | oszczędny

**thrilled** | podekscytowany

**throughout sth** | w ciągu czegoś, przez cały

**throwback** | powrót do przeszłości

**thrown away** | wyrzucany

**thyme taim** | tymianek

**tin** | puszka

**tinned** | w puszcze

**tint** | odcień

**tip** | wskazówka

**to abstain from sth** | powstrzymać się od czegoś

**to account for sth** | stanowić część czegoś

**to achieve sth** | osiągnąć coś

**to add up to** | wynosić, stanowić

**to administer sth to sb** | wydzielać, aplikować, dawać coś komuś

**to advise** | doradzać

**to advocate sth** | popierać coś; zalecać coś

**to affect sth** | wpływać na coś

**to aid sth** | wspomagać coś

**to aim to do sth** | mieć na celu zrobienie czegoś

**to amass sth** | zgromadzić coś

**to amount to sth** | wynosić

**to appear** | wydawać się

**to appear to be** | okazywać się

**to approach sb** | zbliżyć się do kogoś, nawiązać z kimś kontakt

**to argue over sth** | kłócić, spierać się o coś

**to arouse sth** | wzbudzać, powodować coś

**to assemble sth** | zgromadzić coś

**to assert that...** | twierdzić/utrzymywać że...

**to assume** | zakładać, przypuszczać

**to attempt oneself** | samodzielnie spróbować coś zrobić

**to attend** | uczestniczyć

**to avoid sth** | unikać czegoś

**to bake sth** | piec coś

**to be alive-and-well** | dobrze się trzymać/mieć

**to be at less risk for sth** | być mniej narażonym na coś

**to be aware that...** | być świadomym tego, że...

**to be bound to find** | znajdziesz

**to be commissioned for sth** | dostać na coś zlecenie

**to be laid to rest** | zostać włożonym

**to be one's cup of tea** | być czyjąś bajką/czymś co ktoś lubi

**to be over** | skończyć się

**to be put off by sth** | być zniechęconym przez coś

**to be up to par** | być na oczekiwanym poziomie

**to beat out sth** | pobić coś, przebić coś

**to beat sth** | pobić coś, przebić coś

**to beat sth together with sth** | ubić wszystko razem

**to blame sb** | winić, obwiniać kogoś

**to boost sth** | wzmocnić coś

**to boot** | na dodatek

**to brace oneself for sth** | przygotować się na coś

**to break out in sth** | pokryć się czymś

**to bring about sth** | wywołać, spowodować coś

**to broadcast sth** tə 'brɔ:dkɑ:st /  
'brɔ:dkæst 'sΛMθIŋ | emitować coś

**to buy into sth** | dołączać do czegoś

**to buzz** | brzęczeć

**to catch on** | załapać, chwycić (o trendzie, modzie)

**to challenge** | rzucać wyzwanie

**to check up on sb** | sprawdzać kogoś

**to chow down on sth** | przeżuwać coś

**to claim that...** | twierdzić, że...

**to collect sth** | zebrać/zgromadzić coś

**to combine sth and sth** | łączyć coś z czymś

**to come across sth** | natknąć się na coś

**to come in** | występować

**to come in handy** | być użytecznym

**to come up** | pojawiać się

**to come up with sth** | wymyślić coś

**to comfort sb with sth** | pocieszyć kogoś czymś

**to compel sb to do sth** | zmuszać kogoś do z/robienia czegoś

**to complain about sth** | narzekać na coś

**to conduct sth** | przeprowadzić coś

**to consist of sth** | składać się z czegoś

**to contain sth** | zawierać coś

**to contribute to sth** | przyczyniać się do czegoś

**to convince sb to do sth**

| przekonywać kogoś do z/robienia czegoś

**to cook up sth** | upichcić

**to cool** | schłodzić się

**to cool down** | ochłonać, ochłodzić się

**to cover sth** | przykryć coś, pokryć

**to crack sth** | rozbić coś

**to craft sth** | wyprodukować coś

**to crave (for) sth** | pożądać czegoś

**to cut down on sth** | ograniczyć coś

**to damage sth** | z/niszczyć, zepsuć coś

**to define sth** | określać coś

**to delay sth** | opóźniać coś

**to depart** | odchodzić

**to devour sth** | pochłonać, pożreć coś

**to diminish** | maleć

**to discard sth** | pozbywać się czegoś, odrzucać coś

**to discover sth** | odkryć coś

**to disengage from sth** | uwalniać się, wydobywać się z czegoś

**to dish up sth** | oferować/podawać/nakładać coś

**to distinguish between X and Y** | rozróżnić między X i Y

**to divide sb** | dzielić kogoś

**to do wonders for sth** | czynić cuda z czymś

**to donate sth to sb** | darować coś komuś

**to doubt** te daʊt | wątpić

**to drain sth (with sth)** | osuszyć coś (czymś)

**to drop into sth** | wpaść do czegoś

**to dub sth** | nazwać coś

**to eat out** | jeść na mieście

**to embrace sth** | obejmować, przyjmować coś

**to encourage sb to do sth** | zachęcać kogoś do z/robienia czegoś

**to encourage sth** | zachęcać do czegoś

**to ensure** | upewnić się

**to ensure sth** | gwarantować, zapewniać coś

**to entitle sb to sth** | nadawać komuś prawo do czegoś

**to estimate** | szacować

**to evoke sth** | wywołać coś

**to exclaim** | wykrzykiwać

**to expand** | poszerzać się, zwiększać się

**to experience sth** | doświadczać czegoś

**to face up** | być położonym odpowiednią warstwą do góry

**to fall for sth** | ulegać czemuś

**to fall in love** | zakochać się

**to fall into sth** | wpadać w coś

**to fancy sth** | lubić coś, mieć ochotę na coś

**to feed sb** | karmić kogoś

**to feed sb/sth** | karmić/wykarmiać kogoś/coś

**to feel under the weather** | być przygnębionym/smutnym, źle się czuć

**(to feel) on edge** | być zdenerwowanym/zmartwionym

**to fill in for sth** | zastępować coś

**to fill up** | wypełnić się

**to fill up on sth** | napełniać się czymś, zapychać się

**to find out sth** | dowiadywać się czegoś

**to focus on sth** | koncentrować, skupiać się na czymś

**to freeze sth** | mrozić coś

**to fry sth** | smażyć coś

**to gain sth** | zdobywać coś

**to garnish sth with sth** | przyozdabiać coś czymś

**to get a hold of sth** | złapać/chwycić coś

**to get ahead of oneself** | zagalopować się

**to get in on the action** | wkroczyć do akcji

**to get lost in sth** | zgubić się, zagubić się w czymś

**to get off on the right foot** | zaczynać coś dobrze/w dobry sposób/odpowiednio

**to get off the ground** | wystartować, zacząć

**to get off to a strong start** | dobrze zacząć

**to get one's fill from sth** | spełniać się w czymś, uzyskiwać spełnienie za sprawą czegoś

**to get one's mouth watering** | spowodować, że komuś ślinka cieknie

**to get rid of sth** | pozbyć się czegoś

**to get sth prepped** | przygotować coś

**to get tender** | zmięknąć

**to get the juices flowing** | sprawić/spowodować, że krew zaczyna szybciej krążyć

**to give up sth** | porzucić, zarzucić coś

**to go „bang”** | wybuchać

**to go bad** | zepsuć się, zarazić się

**to go hand in hand** | iść ramię w ramię

**to go off** | ze/psuć się

**to go over sth with a fine-tooth comb** tə ɡəʊ 'əʊvə(r) 'saɪmθɪŋ wið ə faɪntuːθ kəʊm | bardzo dokładnie coś przetrząsnąć/przeszukać

**to go overboard** | przesadzić

**to go together like peas and carrots** | pasować do siebie jak ułaf

**to grab sth** | chwycić coś

**to grate sth** | ścierać coś na tarce

**to grow fond of sth** | polubić coś

**to grow up** | dorastać

**to guide sb** | być czymś przewodnikiem, prowadzić kogoś

**to guide sb through sth** | poprowadzić kogoś przez coś

**to have a frog in one's throat** | mieć chrypkę

**to have a hunch** | mieć przeczucie

**to have one's cake and eat it too** | mieć/osiągnąć w tym samym czasie dwie rzeczy, które są niemożliwe do osiągnięcia równocześnie; zjeść ciastko i mieć ciastko

**to help oneself to sth** | poczęstować się czymś

**to hide behind sth** | kryć się za czymś

**to highlight sth** | podkreślać coś

**to hold sth in high regard** | mieć dla czegoś wiele szacunku

**to ice sth** | mrozić, zamrażać coś, polukrować

**to imbibe sth** | raczyć się czymś, popijać coś

**to impress sb** | zrobić na kimś wrażenie

**to improve sth** | poprawiać, polepszać coś

**to include sth** | obejmować coś

**to increase** | wzrastać

**to increase sth** | zwiększyć coś

**to indicate sth** | wskazywać coś

**to indicate that...** | wskazywać na to, że...

**to indulge oneself in sth** | pozwalać sobie na coś, dogadzać sobie czymś

**to infect sth** | infekować, zarażać coś

**to involve sth** | zakładać coś

**to join sth** | przyłączać się do czegoś, dołączać do czegoś

**to justify sth** | uzasadniać, usprawiedliwiać coś

**to keep sth in mind** | mieć coś na uwadze

**to kick off sth** | powitać coś

**to knock down sb** | zwalić kogoś z nóg, przewrócić kogoś

**to know sth inside and out** | po/znać coś dogłębnie/dokładnie

**to lead to sth** | prowadzić do czegoś

**to leave out sth** | pominąć coś

**to liven up sth** | ożywić coś

**to look** | wyglądać

**to look for sth** | szukać czegoś

**to maintain** | utrzymywać

**to make a detour** | jechać objazdem/okrężną drogą, zboczyć z drogi

**to make an appearance** | pojawiać się

**to make one's bread and butter** | zarabiać na utrzymanie

**to make sb drool** | sprawić, że komuś cieknie ślinka

**to make up sth** | stworzyć coś

**to manage sth** | po/radzić sobie z czymś

**to nibble sth** | skubnąć coś, jeść małymi porcjami

**to nip out** | wyskoczyć gdzieś na chwilę

**to obtain sth** | uzyskać coś

**to occur** | występować

**to own sth** | posiadać, mieć coś

**to pack a punch** | *pot.* dawać kopa, wywierać silne wrażenie

**to parrot on to sb** | plotkować z kimś na jakiś temat

**to pass out** | ze/mdleć

**to pass sth on** | podawać coś dalej

**to pay attention to sth** | zwracać uwagę na coś, przywiązywać wagę do czegoś

**to perform** | występować

**to peruse sth** | przeglądać coś starannie, studiować coś

**to pick and choose sth** | przebierać, grymasić, przebierać w czymś

**to pick sth** | wybrać, wybierać coś

**to pick up sth** | podnosić coś

**to picture sb** | wyobrazić sobie kogoś

**to plate sth** | nakładać coś na talerz

**to please sth** | zadowolić coś

**to pop in sth** | utykać, wtykać coś

**to pop sth into sth** | wsadzić coś w coś

**to pour sth over sth** | wlać coś na coś

**to preheat sth** | rozgrzać coś, nagrzać coś

**to preserve sth** | zachować coś

**to prevent sth from sth** | ochronić coś przed czymś

**to proclaim** | oznajmiać, głosić, obwieszczać

**to progress** | postępować, rozwijać się

**to prolong sth** | przedłużyć coś

**to prove sth** | udowadniać coś

**to provide sth with sth** | dostarczać czemuś czegoś

**to put emphasis on sth** tə pʊt 'emfəsis ɒn 'sɪmθɪŋ | kłaść nacisk na coś

**to range from X to Y** | wahać się od X do Y

**to recognise sth** | rozpoznawać

**to recover from sth** | wyleczyć się z czegoś

**to reflect sth** | odzwierciedlać coś

**to refrain from sth** | powstrzymać się od czegoś

**to refuse to do sth** | odmawiać z/robienia czegoś

**to relate sth** | relacjonować coś

**to remove sth** | usuwać coś

**to replace sth** | zastąpić coś

**to require sth** | wymagać czegoś

**to resemble sth** | przypominać coś

**to reveal sth** | ujawniać coś

**to ring a bell** | brzmieć znajomo

**to roast sth** | piec coś

**to rotate sth** | zmieniać położenie czegoś

**to run into sth** | wpadać w coś

**to rush** | poruszać się pośpiesznie

**to salivate** tɒ 'sæliveɪt | ślinić się

**to satisfy a palate** | zadowolić podniebienie

**to save sth** | zaoszczędzić coś

**to scatter sth** | rozsypać coś

**to search for sth** | szukać czegoś

**to seek (out) sth** | szukać czegoś, odszukać coś

**to seem** | wydawać się

**to settle for sth** | zadowolić się czymś

**to shake sth** | potrząsać, trząść czymś

**to share sth** | dzielić się czymś

**to shine** | po/świecić

**to show off sth** | zaprezentować, pokazać coś, pochwalić się czymś

**to sink one's teeth into sth** | zatopić w czymś zęby

**to slice sth** | kroić coś w plasterki

**to snap** | fotografować

**to soak sth** | namoczyć coś

**to soak up sth** | pot. napawać się czymś, korzystać z czegoś

**to solidify** | s/twardnieć

**to speak one's mind** | wypowiadać swoje zdanie

**to spear sth with sth** | przebić coś czymś, nadziać coś na coś

**to spend** | wydawać

**to spend the world** | wydawać krocie

**to spice sth up** | podkreślić coś (np. atmosferę)

**to spice things up** | podgrzać/ podkreślić atmosferę

**to spoil** | ze/psuć się

**to spoon sth** | nałożyć coś łyżką

**to spot sth** | dostrzec, zauważyć coś

**to spread sth** | rozsmarować coś

**to sprinkle sth with sth** | posypać coś czymś

**to stack up to sth** | wypadać (np. dobrze/źle) w porównaniu z czymś, sprawdzać się w porównaniu z czymś

**to stave off sth** | oddalać, chwilowo powstrzymać coś

**to stick to sth** | trzymać się czegoś

**to stick together** | przylegać do siebie, lepić się, kleić się

**to stuff sth with sth** | nadziewać coś czymś

**to suffer from sth** | cierpieć na coś/ z powodu czegoś

**to suffice** | wystarczyć

**to suit sb** | pasować

**to support sth** | wspierać coś, popierać coś

**to surround sth** | otaczać coś

**to swallow** | połykać, przełykać

**to switch from X to Y** | przesuwać się z X na Y

**to switch your attention to sth** | zwrócić/skierować uwagę na coś

**to take off** | nabierać tempa, odnieść nagły sukces

**to take over sth** | przejąć coś

**to take place** | mieć miejsce

**to take sth into account** | brać coś pod uwagę

**to take sth with a pinch of salt** | przyjmować coś z przymrużeniem oka/z dystansem

**to throw in sth** | dorzucić coś

**to throw sth out** | wyrzucać coś

**to throw up** | z/wymiotować

**to tingle** | odczuwać mrowienie

**to top sth off with sth** | przyozdobić coś czymś

**to tuck sth into sth** | wetknąć coś w coś

**to underestimate sth** | nie doceniać czegoś

**to value sth** | cenić, doceniać coś

**to vomit** | wymiotować

**to wash sth down** | popić coś

**to whack against sth** | głośno o coś uderzać

**to whet the appetite** | zaostrzać apetyt

**to witness sth** | doświadczyć czegoś

**to wonder** tɒ 'wʌndə(r) | zastanawiać się

**to work up an appetite** | zgłodnieć

**to wrap** | zawijać

**to wrap sth around sth** | owijać coś wokół czegoś

**to yield sth** | skutkować czymś, rodzić coś

**toad in the hole** | kiełbaski zapiekane w cieście (toad - ropucha)

**tongue** tʌŋ | język

**topped off with sth** | wykończony czymś

**topping** | przybranie, wierzch

**tough** tʌf | twardy

**trace** | ślad

**trait** | cecha

**trans fat** | tłuszcz trans (z grupy nienasyconych)

**transition** | przejście, przemiana

**translucent** | półprzezroczysty

**trap** | pułapka

**tray** | taca

**triangle** | trójkąt

**triangle** 'traɪæŋɡl | trójkąt

**tricky** | trudny

**tubular** | cylindryczny, przypominający rurę

**tumour-like** | przypominający guz

**turkey** | indyk

**turmeric** | kurkuma, szafran indyjski

## U

**ubiquitous** ju:ˈbɪkwɪtəs  
| wszechobecny

**ultimately** | ostatecznie

**umbrella term** | określenie zbiorcze,  
ogólny termin

**uncomfortable** ʌnˈkʌmfətbəl  
| niewygodne

**uncountable** ʌnˈkaʊntəbl  
| niepoliczalny

**underneath** | pod spodem

**undernourished** ˌʌndəˈnʌrɪʃt /  
ˌʌndərˈnɜːrɪʃt | niedożywiony

**unfazed by sth** | niewzruszony,  
nieporuszony czymś

**unflattering** | niepochlebny

**unmatched** | niezrównany

**unprocessed** | nieprzetworzony

**unsaturated** | nienasycony

**unsavoury** | nieapetyczny,  
niesmaczny

**unskilled** | niewprawy

**unsuspecting** | niepodejrzewający

**until** ənˈtɪl | aż (do)

**uploading sth** | przesłanie czegoś,  
umieszczenie czegoś

**upscale** | z wyższej półki,  
przeznaczony dla zamożnych  
klientów

**upset stomach** | rozstrój żołądka

## V

**variety** | różnorodność

**variety is the spice of life**  
| różnorodność nadaje życiu smak

**variety of sth** | różnorodność czegoś

**various** | różny

**vastly** | wybitnie

**veal broth** | rosół/bulion cielęcy

**veg** | *pot.* warzywo

**vegetable** | warzywo

**veggie** | *pot.* warzywo

**vehicle** | pojazd

**venison** | sarnina, jelenina

**versatile** | wszechstronny,  
różnorodny

**vitamin** ˈvɪtəˌmɪn | witamina

**vivaciousness** | żywotność,  
zmysłowość

**voluntarily** | dobrowolnie

## W

**walnut** ˈwɔːlnʌt | orzech włoski

**(waste) disposal area** | składowisko  
odpadów

**wasted** | z/marnowany

**watermelon** | arbuz

**watery** | łzawiący

**wealth** | bogactwo

**wealthy** | zamożny, bogaty

**wedding** | wesele

**weight wext** | waga, kilogramy

**weird** wɪəd / wɪrd | dziwny,  
dziwaczny

**well-being** | dobry stan zdrowia,  
dobre samopoczucie

**what is not up for discussion** | co  
nie podlega dyskusji

**what the heck** | *pot.* co u licha

**wheat** wi:t | pszenica

**when it comes to...** | jeśli chodzi o...

**whereas** | podczas gdy

**whether** | czy

**whipped cream** | bita śmietana

**widespread** | powszechny, szeroko  
rozpowszechniony

**wiener** | parówka

**wild rocket** | dzika rukola

**willingness** | chęć

**willow** | wierzba

**willow bat** | kij do krykieta

**wilty** | nieświeży, zwiędnięty

**window-side seating** | siadanie przy  
oknie

**wisely** | mądrze

**wispy** | wiotki

**wit** | dowcip; inteligencja

**with relish** | z wyraźną  
przyjemnością, z lubością

**wondrous** ˈwʌndrəs | cudowny

**workshop** | warsztat

**worth sth** | wart/y czegoś

**worthy** | wart/y

## X

**X-covered** | pokryty X

**xylitol** | ksylitol (środek słodzący)

## Y

**yeast** ji:st | drożdże

**yolk** | żółtko

**you're nuts** | *pot.* oszalałeś (nut  
| orzech)

**yummy** | pyszny, pyszne